

МБОУ «Средняя общеобразовательная школа «Ясень»
с.им.9Января Оренбургского района



Утверждаю:
Директор МБОУ
«Школа Ясень»

Старикова С.П.

МЕНЮ

Дата: 27.02.2025г
День: 9 (четверг)
Сезон: осеннее-зимний
Возрастная категория: 7-11

	№рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Ккал, на 100г.	цена
завтрак	340	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН, МАНДАРИН, ЯБЛОКО, БАНАН ИЛИ ГРУША)	100	36.9	10,26
	224	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	180	286.1	54,16
	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	107.0	10,49
	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	47.4	1,40
Итого:				477.4	76,31

12-18 лет

	340	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН, МАНДАРИН, ЯБЛОКО, БАНАН ИЛИ ГРУША)	100	36.9	15,96
завтрак	224	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	230	371.2	63,16
	379	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	148.0	11,31
	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	47.4	1,40
Итого:				603.5	91,83